

## 回望 2026 赛季中超上半程

# 联赛格局因罚分而改变

2026 赛季,多达 9 家俱乐部不得不以负分起步,让本赛季的联赛格局发生了巨变——一些原本具备冲冠实力的传统豪门背上了沉重的包袱,一些实力并不突出的年轻球队却因“无债一身轻”而跻身前列。如今,半程战罢,中超联赛呈现出清晰的“两头尖、中间鼓”的态势,让 2026 赛季变得与众不同。

从各队的纸面实力看,上海海港队、上海申花队、成都蓉城队、北京国安队、山东泰山队和浙江队,明显高出其他球队一筹,属于联赛的“争冠集团”。但其他 5 支传统豪门开赛前都背负着 5 到 10 分不等的“历史债务”,成都蓉城队上半程的一枝独秀也就不难理解了。当然,他们能够取得 12 胜 1 平 2 负的成绩,还是有些出乎意料。一方面,新帅约翰·阿洛伊西的调整

能力确实不俗,让球队迅速渡过了后防线重组的适应期。另外一方面,球队的稳定性较之以往也有明显提升,整个上半程仅有多位外援受伤的情况下遭遇过一次两连败。

相比之下,本该构成“争冠集团”的几家老牌劲旅却各有各的麻烦:上海滩双雄深受伤病困扰,浙江队患上了“米特里策依赖症”,北京国安队、山东泰山队则是状态起伏不定……再加上负分起步给各队带来的心里负担,以及对教练排兵的隐性束缚,使得他们经常出现阶段性低谷。以上海申花队为例,在开局取得 6 胜 2 平的不俗战绩后,随即遭遇了一波 7 轮不胜,排名也一路下滑到第 12 位。

积分榜的另一端,“保级军团”的走势则基本符合外界预测。赛季开始前被认为需要为

保级而战的 4 支球队,仅有河南队依靠关键时刻拿下的一波 3 连胜,暂时远离了降级区,其他 3 支球队都深陷保级泥潭之中——天津津门虎队和武汉三镇队,已经多轮排名联赛最后两位;青岛海牛队依靠一波 4 连胜,一度看到了脱困的希望,结果,半程结束前的一波 4 连败,又让球队滑向了降级区。

综合来看,2026 中超上半程呈现出“两头尖、中间鼓”的态势。下半程如果没有太大意外的话,成都蓉城队夺冠恐怕只剩下“提前多少轮”的问题;保级大战则将在天津津门虎队、武汉三镇队和青岛海牛队之间展开;目前排名第二的重庆铜梁龙队至排名第 13 的上海海港队,则基本属于争冠无望、保级无忧的状态。

记者 申炜

## 中国女足热身再负俄罗斯

本报讯(记者 赵睿)昨天,中国女足与俄罗斯女足在武汉塔子湖基地进行了一场封闭热身赛,最终,中国女足以 0 比 1 告负。热身赛两次败在实力并不算强的俄罗斯女足脚下,中国女足主帅米利西奇的日子恐怕又不好过了。

据了解,相比于首场比赛,中国女足本场比赛对首发阵容进行了 5 处调整,24 岁的守门员肖梓彤、20 岁的中卫叶彤第一次代表国家队出战,上场首发的邵子钦、张琳艳等亚洲杯期间的主力球员暂时在替补席上待命。

与双方首度交锋时场面大体相当,中国女足本场比赛虽拥有一定的控球优势,但进攻推进到前场后办法不多,对抗上也不占优势。雨天导致场地湿滑,客观上也限制了中国女足的技术发挥。

上半时,双方互交白卷,下半时,中国女足不断调整阵容,张琳艳、邵子钦、邓梦晔、王爱芳、谢宗梅等队员陆续登场,尝试加强进攻端的力量,但收效甚微。反倒是俄罗斯女足,在第 72 分钟由中后卫日尼科娃利用角球机会打入一球。剩余的比赛时间里,中国女足“锋无力”的窘况没有任何实质性改观,最终遭遇热身赛两连败。

数天前,米利西奇在接受采访时曾表示,本次备战除了针对下半年的亚运会,还兼顾明年的女足世界杯。但目前看来,他还能否带领中国女足出战世界杯并不好说。毕竟,女足亚洲杯前,米利西奇就曾因热身赛的一系列糟糕表现遭遇过信任危机。

3 月的女足亚洲杯,中国女足在小组赛末轮逆转击败朝鲜队,才让米利西奇暂时坐稳帅位,得以继续带领中国女足备战亚运会。如今,球队似乎又一次在热身赛上遇到了麻烦。如果不能在亚运会上拿出更出色的表现,米利西奇恐怕又要面临下课危机。

## 排名重返世界第一 阿根廷队直面“魔咒”

本报讯(记者 王梓)美加墨世界杯开赛在即,参赛各队正抓紧时间进行最后的热身,而一系列热身赛还引发了“连锁反应”:卫冕冠军阿根廷队重新登上了世界第一的宝座。但问题也随之而来,自 1992 年国际足联排名系统创立以来,世界排名第一的队伍还从未在同一年捧起过大力神杯。

最近几场热身赛可谓是冷门迭爆。原本排名世界第一的法国队,1 比 2 不敌科特迪瓦队,被扣除 7.89 个国际足联排名积分;排名第二的西班牙队 1 比 1 战平伊拉克队,损失了 3.38 分。法、西双双未能取胜,使得此前排名第三的阿根廷队“被动”升到了榜首。

北京时间昨天,阿根廷队又凭借劳塔罗和朱利亚诺·西蒙尼的进球,2 比 0 战胜洪都拉斯队,进一步巩固了自己世界第一的位置。据统计,阿根廷队在热身赛中已经取得 18 连胜。球队上一次在热身赛中无法取胜,还要追溯至 2019 年 11 月对阵乌拉圭队一役。

世界排名第一叠加卫冕冠军的双重光环,令阿根廷球迷欣喜之余难免忐忑。毕竟,自 1962 年世界杯巴西队实现卫冕后,便再没有球队能做到这一点,且最近 4 支卫冕冠军中,意大利队(2010 年)、西班牙队(2014 年)和德国队(2018 年)均折戟小组赛。

如今重返世界第一后,“潘帕斯雄鹰”又不得不面对另一大“魔咒”:自 1992 年国际足联创立排名系统以来,还从未有一支排名第一的球队能够在同一年赢得世界杯冠军。不知道,这一次,核心骨架仍在、热身表现强势的阿根廷队,能否打破这一“魔咒”。

## 美加墨世界杯的“伤病潮”来得有些早



巴列尔迪(图中 4 号)并不是阿根廷队唯一的伤员。

新华社资料片

本报讯(记者 王梓)继 18 岁的拜仁新星卡尔因伤退出德国队后,阿根廷队也在与洪都拉斯队的热身赛前,确认后卫巴列尔迪因右小腿肌肉撕裂,提前告别世界杯。在与埃及队一役中遭遇伤退的巴西队后卫韦斯利·利马,也存在临阵退出的风险,再加上加拿大队中卫邦比托、巴拉圭队的年轻中场恩西索、伊拉克队边后卫叶海亚等伤号,美加墨世界杯尚未开赛,“伤病潮”便已悄然来袭。

这样的结果并不意外,每逢大赛年,球员都会面临更大的身体负担,尤其是效力于欧洲豪门的核心球员,因多线作战,几乎全年都处于高压状态,随时可能出现伤病。2025—2026 赛季,皇马就合计出现超 50 人次的伤情,阿

森纳一线队也几乎伤了个遍……考虑到欧洲主流联赛直到上月中下旬才结束本赛季征程,很多球员几乎没有休息便要投入到世界杯的备战中,身体状况已达到临界点。

如此一来,本届世界杯的“伤病潮”提前到来也就不奇怪了。卡尔、韦斯利·利马、巴列尔迪这些在训练或热身赛中意外受伤的球员,突发伤情与身体疲劳不无关系。一些带伤入选世界杯名单的旧伤号,康复情况也不甚理想。比如内马尔,已连续缺席巴西队世界杯前的两场热身赛,目前仍没有确切的复出时间。除此之外,还有多人伤情待估,卫冕冠军阿根廷队便是“重灾区”之一,除了已经确定告别的巴列尔迪,蒙铁尔、莫

利纳、帕雷德斯等人也都在与时间赛跑。

按照规则,若有球员遭遇伤病无法参赛,各队最晚可在各自世界杯首战开赛前 24 小时内完成替换,且递补球员必须出自早些时候提交的初选名单。面对愈发棘手的伤病难题,阿根廷队主帅斯卡洛尼已经确认,将在下场与冰岛队的热身赛后,进一步评估是否对参赛名单做出调整。不过,名单层面的缝缝补补只是应对减员的第一回合。本届世界杯扩军至 48 队,总计 104 场比赛,赛程跨度约 40 天,场地又散布在美加墨 3 国,气候差异显著——这意味着参赛球员的身体与精神都将面临巨大考验,各队都需要提前做好应对“伤病潮”的准备。